#172

Thank You for Everything 🙏

મિત્રો,

આપણે જીવનમાં ઘણી વાર જે નથી મળ્યું તેના વિશે વધારે વિચારીએ છીએ, પરંતુ જે મળ્યું છે તેના માટે આભાર માનવાનું ભૂલી જઈએ છીએ.

એક ક્ષણ માટે વિચારો…

આંખો છે એટલે દુનિયાનું સૌંદર્ય જોઈ શકીએ છીએ, કાન છે એટલે પ્રિયજનોના અવાજ સાંભળી શકીએ છીએ, પરિવાર છે એટલે સુખ-દુઃખ વહેંચી શકીએ છીએ, અને રોજ નવા દિવસની શરૂઆત કરવાની તક મળે છે. આ બધું કોઈ સામાન્ય વાત નથી.

આભાર માનવો માત્ર એક શબ્દ નથી, એ એક સંસ્કાર છે. જે વ્યક્તિ નાની-નાની બાબતો માટે પણ કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરે છે, તેના જીવનમાં સંતોષ, શાંતિ અને ખુશી વધે છે.

યાદ રાખો…

જે વ્યક્તિ પાસે જે છે તેની કદર નથી, તેને વધુ મળ્યા પછી પણ સંતોષ મળતો નથી. પરંતુ જે વ્યક્તિ પાસે જે છે તેના માટે આભારી છે, તે ઓછી વસ્તુઓમાં પણ સમૃદ્ધ જીવન જીવે છે.

આજથી એક નવો નિયમ બનાવીએ…

દરરોજ રાત્રે સૂતા પહેલાં ઓછામાં ઓછી ત્રણ બાબતો માટે “આભાર” જરૂર કહીએ.

કારણ કે…

“આભારની ભાવના જીવનની અછતને નહીં, પરંતુ સમૃદ્ધિને દેખાડે છે.”

🙏 જે મળ્યું છે તેની કદર કરો, કારણ કે કૃતજ્ઞતા એ ખુશહાલ જીવનનો સૌથી સુંદર સંસ્કાર છે.